

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pada Bab ini menguraikan kesimpulan yang diuraikan secara sistematis sesuai dengan pertanyaan penelitian, dan rekomendasi yang dirumuskan bagi guru Bimbingan dan Konseling serta penelitian selanjutnya.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulation* siswa yang diberikan kepada siswa kelas X SMK Negeri 1 Talaga tahun ajaran 2016/2017, menghasilkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Secara umum tingkat *self-regulation* siswa berada pada kategori sedang. Hal ini menggambarkan bahwa siswa belum sepenuhnya memahami peran dan tanggung jawab sebagai siswa, anak, dan anggota masyarakat; kurang mampu memotivasi diri dalam proses pencapaian prestasi belajar; kurang mampu menghindari tindakan-tindakan yang dapat mengganggu pencapaian prestasi belajar; mengetahui kelebihan dan kekurangan tetapi belum dapat mengembangkan diri secara optimal; dan belum sepenuhnya bertindak secara positif sesuai peran dan tanggung jawab guna meraih tujuan belajar optimal.
2. Rumusan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* yang layak dan efektif untuk meningkatkan *self-regulation* siswa berdasarkan hasil validasi pakar Bimbingan dan Konseling memuat struktur sebagai berikut: a) rasional; b) deskripsi kebutuhan; c) tujuan; d) sasaran layanan; e) komponen dan bidang layanan; f) karakteristik pribadi Guru Bimbingan dan Konseling; g) rencana operasional layanan; h) tahapan pelaksanaan layanan; i) garis besar isi layanan; j) pengembangan RPLBK; k) indikator keberhasilan; dan l) evaluasi.
3. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* secara keseluruhan terbukti efektif untuk meningkatkan *self-regulation* siswa. Perubahan tingkat *self-regulation* siswa antara kelas eksperimen dan kelas kontrol diketahui setelah adanya hasil pengolahan data *post-test* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol, dimana berdasarkan hasil tersebut kelas

eksperimen mengalami peningkatan tingkat *self-regulation* yang signifikan. Hal ini dapat diasumsikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* secara empiris terbukti efektif untuk meningkatkan *self-regulation*.

B. Rekomendasi

1. Rekomendasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini berhasil merumuskan program bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* yang efektif untuk meningkatkan *self-regulation* siswa. Agar program yang dirumuskan dapat memberikan hasil yang lebih optimal, maka ada beberapa upaya tindak lanjut dan rekomendasi bagi Guru Bimbingan dan Konseling, yakni sebagai berikut.

- a. Guru Bimbingan dan Konseling perlu menyadari bahwa peningkatan *self-regulation* harus diberikan kepada seluruh siswa, hal ini akan berguna bagi siswa dalam menjalani seluruh proses belajar di sekolah. Selain itu, akan berguna pula bagi siswa dalam menjalankan perannya sebagai anggota keluarga dan anggota masyarakat. Peningkatan *self-regulation* harus menjadi salah satu prioritas layanan yang diberikan kepada siswa, maka dari itu, diperlukan sosialisasi mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* kepada para Guru Bimbingan dan Konseling, maupun kepada pihak-pihak yang terkait dengan siswa di sekolah.
- b. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh Guru Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan *self-regulation* siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction*. Teknik *self-instruction* merupakan teknik yang sederhana tetapi sangat memerlukan keterampilan verbal, baik bagi konselor maupun konseli. Penggunaan gaya bahasa, mimik wajah, dan bahkan gerakan tubuh akan sangat membantu dalam mendalami instruksi diri. Satu hal yang perlu ditekankan adalah dibalik kesederhanaan teknik *self-instruction*, konselor dan konseli memerlukan keyakinan dalam dirinya bahwa penggunaan instruksi diri akan berhasil. Hal ini karena keyakinan diri yang kuat merupakan kunci keberhasilan penggunaan teknik *self-instruction*. Penggunaan teknik *self-instruction* perlu dilakukan berulang-ulang, agar menjadi terbiasa dalam

menggunakan instruksi diri, khususnya dalam mengendalikan pikiran ataupun tindakan yang maladaptif agar menjadi adaptif.

- c. Instrumen *self-regulation* dapat digunakan untuk mengungkap tingkat *self-regulation* siswa kelas X SMK/SMA/MA. Instrumen *self-regulation* dapat digunakan untuk perorangan, kelompok, dan klasikal dalam mengungkap *self-regulation* siswa. Adapun prosedur dalam menggunakan instrumen *self-regulation* sebagai berikut: 1) Guru Bimbingan dan Konseling membaca pengantar dan petunjuk pengisian instrumen *self-regulation* kepada siswa; 2) siswa membaca dan memahami langkah-langkah pengisian instrumen *self-regulation*; 3) lembar pernyataan pada instrumen *self-regulation* juga merupakan lembar jawaban, sehingga siswa dapat langsung mengisinya; dan 4) hasil jawaban siswa kemudian dianalisis dengan norma-norma yang telah ditentukan, dan ditafsirkan untuk mengetahui tingkatan *self-regulation* yang diperoleh siswa.

2. Rekomendasi bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada pengkajian tentang bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulation* siswa. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan mengkaji secara lebih komprehensif mengenai tema berikut.

- a. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* tidak hanya bagi siswa yang memiliki *self-regulation* rendah saja, akan tetapi juga perlu diberikan kepada siswa yang memiliki *self-regulation* sedang dan tinggi. Dengan kata lain, tidak hanya berfokus pada peningkatan saja, tetapi juga berfokus pada proses pengelolaan dan pemeliharaan *self-regulation* yang optimal.
- b. Pada penelitian ini digunakan seting bimbingan kelompok dalam proses pemberian layanan, dengan asumsi untuk mengefektifkan proses pemberian layanan, dan diharapkan terjadi proses saling tukar pengalaman diantara pada siswa yang berpengaruh terhadap perubahan *self-regulation* siswa. Peneliti merekomendasikan penggunaan seting konseling individual untuk penerapan teknik *self-instruction*, hal ini berdasarkan asumsi agar proses pemberian

layanan dapat lebih intens, dan memudahkan konselor dalam mengamati konseli baik selama proses layanan maupun hasil yang dicapai konseli.

- c. *Self-regulation* merupakan subjek penelitian yang sangat menarik, hal ini karena urgensi dari *self-regulation* yang dapat menyentuh seluruh aspek kepribadian manusia. Selain itu, *self-regulation* sangat penting bagi kepribadian manusia. Peneliti mengharapkan, akan bermunculan penelitian-penelitian baru yang mengkaji tentang *self-regulation* secara lebih mendalam dan komprehensif. Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi pendorong bagi penelitian tentang *self-regulation* di Indonesia.